



שאלות ותשובות ותובנות בענייני שלום בית

השאלה:

אנחנו נשואים בערך 10 שנים.

אשתי באה אלי בתלונות באופן קבוע. וזה תמיד מגיע איכשהו לזה ש'לא איכפת לך ממני'.

פעמים רבות אני באמת לא מבין מה הבעיה. לפעמים זה כשאני מותש מעבודתי, ואני יושב לנוח לרגע – אני מותקף: 'לא איכפת לך ממני'.

ולפעמים זה כשאני באמת לא מספיק להגיע, והיא יודעת את הסיבה – פקקים, עבודה תובעת (אני שכיר, והשעות לא תמיד מוגדרות שם), תפילה בציבור. והיא – 'אני צריכה להיות כל הזמן לבד, לא איכפת לך ממני'.

אתן דוגמא מהזמן האחרון:

בליל הושענא רבא סיכמנו שאלך ללמוד, ואחזור בשעה 8:30 בערך לאחר התפילה. התפילה התארכה, ואני התקשרתי אליה לשאול אם היא מסתדרת ואם אני יכול לאחר. היא לא ענתה. ניסיתי שוב, ושוב לא ענתה.

לאחר מכן הסתכלתי בכל עשר דקות בפלאפון, לראות אם היא חוזרת אלי. היא לא חזרה.

מה שקרה באמת, זה שהיא כן חזרה אלי. אבל הפלאפון שלי נשאר בטעות על מצב של מענה אוטומטי, מיום האתמול שיצאנו ביחד והשארנו את הפלאפון כביביסיטר. וכך היא התקשרה אלי, שמעה את התפילות, ואני לא עניתי. ולא היתה שיחה שלא נענתה – כי זה כן נענה.

חזרתי הביתה לאחר התפילה. הבנו את מה שקרה. והיא – מתלוננת שוב. לא איכפת לך ממני.

וזו היתה באמת בעיה טכנית!

אז אולי אתה תוכל להסביר לי מה היא רוצה.

אסביר לך בעזהי"ת.

אבל לפני כן אשאל:

– האם באמת איכפת לך ממנה?..

לאו דוקא בדברים האלו שהזכרת.

כשאתך אומרת 'לא איכפת לך ממני', זו תחושה. חוויה. זה לא משהו מעשי לעת הזו הספציפית, ולמקרה שקרה.

המקרה היה רק סיבה להיזכר בזה. לחוש את זה שוב.

למשל.

ליל הושענא רבא. אתה מתקשר, היא חוזרת, ואתה במענה אוטומטי.

מה היא הרגישה?

תחשוב לרגע.

לילה שלם היא לבד. בבוקר היא מצפה לך, ואתה לא מגיע. מתקשרת, ואתה לא עונה.

גם אם נניח שאתה 'לא אשם'.

– אבל המציאות הזו – מתסכלת! מאוד!

תחשוב שאתה 'תקוע' בתחנת אוטובוס, מחכה לאשתך – סיכמתם שהיא תגיע, והיא לא זמינה. לא הספיקה להטעין את הבטריה.

אתה מתקשר שוב, ו'המנוי אינו זמין כעת'. עוברות עשר דקות, ושוב – 'לא זמין'. חצי שעה. שעה. שעתיים.

וכשהיא מגיעה בסוף, מתברר שהיתה תאונה בדרך, והיה פקק שלא זו.

– היא לא אשמה בכלל!

אבל מה אתה מרגיש?

תכפיל את זה, ותגיע למה שהיא הרגישה.

כעת אתה מגיע, ומספר לה שהפלאפון היה על 'מענה אוטומטי'. מה אני יכול לעשות??

– תחשוב לרגע, מה חסר כאן?

ולאחר שחשבת, נענה:

– השתתפות!

היא – מתוסכלת.

– תשתתף איתה! תרגיש אותה!

תהיה – 'איתה'. במקום שלה. בהרגשה שלה.

לזה היא מתכוונת. 'לא איכפת לך ממני'. היינו – לא איכפת לך מהתסכול. מהקושי.

וה'איכפת', זה לא שתעשה משהו אחרת. תישאר כמו שאתה בדיוק. וכשיש בעיות טכניות – זה בסדר גמור!

האיכפתיות – זו ההשתתפות. ההתעניינות.

זה להיות 'נושא בעול' – של הקושי. של החוויה. של התסכול.

זה להגיד לה – אוי, זה היה על מצב 'מענה אוטומטי'! בטח התקשרת הרבה פעמים ולא הצלחת להשיג אותי! זה מתסכל מאוד!

וזה אחרי שהיית כל הלילה לבד! זו הרגשה כל כך קשה!

ולא רק זה, אלא – עליך לנסות לפצות אותה.

– לא על מה ש'אתה עשית', כי לא עשית כל רע. אלא – על הקושי שלה. נסה להמתיק לה אותו איכשהו.

היו אצלי פעם זוג, שהגיעו עם התינוק הקטן. לא מצאו ביבי סיטר.

התינוק כל הזמן השמיע את קולו. האמא התעסקה איתו, נדנדה, ניסתה להרגיע.

ציפיתי למשהו מהאבא. אבל הוא לא עשה מאומה.

ומאחר שזה בדיוק התפקיד שלי, אז פניתי אליו, ואמרתי לו את מה שלדעתי הוא היה צריך להגיד לאשתו:

'בטח קשה לך כל הזמן לשבת איתו ולהרגיע, בואי, אקח אותו לכמה דקות שתוכלי לנוח קצת'.

– זה לא משהו 'מעבר'. זה דבר בסיסי ביותר בקשר.

היה פקק. איחרת.

אתה לגמרי לא אשם.

אבל – אתה יכול להרגיש את התסכול. את הקושי.

– ולהשתתף איתה.

אתה מגיע מהעבודה, 'גמור'. מתיישב על הספה לכמה דקות.

הייתי ממליץ לך לעשות את זה בחוץ. בספסל, ברכב שלך. כמה דקות של מנוחה, שכשתבוא הביתה – תוכל להיות 'איתה'.

היא גם עברה יום. וזה היה יום לא קל. הילדים. העבודה.

והיא רוצה – שתרגיש אותה. שתהיה איתה. שתשאל אותה איך היה. שתספר לה כמה היה לה קשה.

זה מה שחסר לה. לדעתי.

בהצלחה רבה!

ניתן לשלוח שאלות ותגובות למייל 0533127133m@gmail.com

לייעוץ ניתן לפנות לפלאפון 0533127133